Oregon SCIENTIFIC

DIGITAL PEDOMETER with REAL-TIME CLOCK (Model #: PE320)

USER MANUAL

EN

INTRODUCTION

Thank you for selecting the Oregon Scientific™ Digital Pedometer with Real-Time Clock (PE320). This unique product is ideal in assisting an exercise routine. The pedometer counts number of steps taken from one location to another. By inputting the stride-length the total distance covered can be calculated.

In this box, you will find:

- Digital Pedometer with Real-Time Clock
- 1 x LR43 size 1.5 V battery

Keep this manual handy as you use your new product. It contains practical step-by-step instructions as well as technical specifications and warnings you should know about.

KEY FEATURES

FRONT VIEW



1. Motion Sensitivity Switch - Increases or decreases unit sensitivity
2. **RESET** button - Resets display mode values to zero
3. **DIST** button - Total distance and stride length display mode
4. **HR / +** button - Changes clock hour digits; changes stride length upward
5. **MIN / -** button - Changes clock minute digits; changes stride length downward

BACK VIEW



1. Battery compartment - Requires 1 x LR43 size 1.5V battery
2. Belt clip - Use to clip unit securely to belt or waistline

LCD DISPLAY SYMBOLS



1. Clock / Stride length
2. Distance traveled

GETTING STARTED

INSULATION TAPE

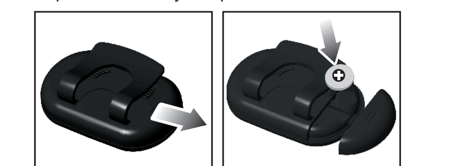
Before using the device, pull out the insulation tape underneath the battery cover protecting the 1 x LR43 size 1.5V battery.

NOTE The unit will not work until the tape is pulled out.

BATTERIES

This product uses 1 x LR43 size 1.5V battery. Should you need to change the batteries,

1. Gently press and pull the battery compartment door.
2. Insert 1 x LR43 size 1.5V battery or equivalent.
3. Replace the battery compartment door.



NOTE Protect the environment by taking exhausted batteries to authorized disposal stations.

CLOCK

Insert a blunt stylus into the **HR / +** or **MIN / -** buttons to alter the clock hour and minute values, respectively. The clock is set at 00:00 by default.

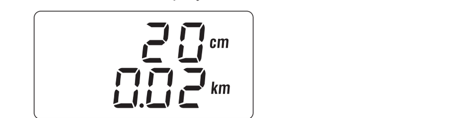
NOTE The unit automatically returns to clock display after 5 seconds if no buttons are pressed.

ADJUSTING THE SETTINGS

DISTANCE

The distance traveled is shown on the bottom line of the LCD display. For greater accuracy it is recommended that a personal stride-length is set.

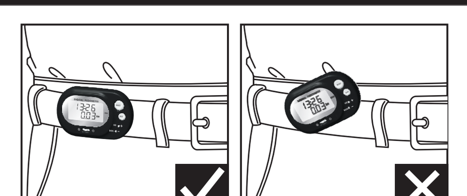
1. Press **DIST** until the stride length is viewed on the top line of the LCD display.



2. Insert a blunt stylus into **HR / +** to increase or **MIN / -** to decrease stride length (30 to 150cm or 11 to 60 inches). The stride length is set at 50cm (20 inches) by default.

   If no changes are made to the Stride function, the top line of the display will automatically return to the clock display after 5 seconds.

WEARING THE PEDOMETER



Attach securely at waist level to your belt, slacks, or training attire and maintain a horizontal position for more accurate results.

USING THE PEDOMETER

COUNTING STEPS TAKEN

The pedometer counts the number of steps taken.

1. Press **DIST** once to view number of steps.

To return the pedometer display to zero, press **RESET** in **STEP** mode.

NOTE To make the unit more or less sensitive to motion, reposition the motion sensitivity slide switch. To determine the proper amount of motion sensitivity, experiment with different settings. See section on ADJUSTING MOTION SENSITIVITY for more information.

NOTE Improper positioning of the pedometer may result in incorrect data collection.

MEASURING DISTANCE

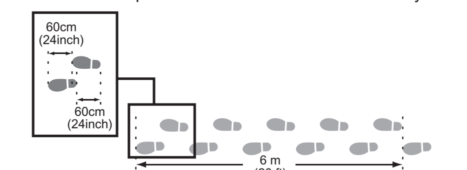
Correctly measuring distance depends on accurately setting the average length of an individual stride (stride length) and properly setting an internal motion-sensitivity device.

1. Press **DIST** until the distance traveled is viewed on the LCD display.

To return the distance counter to zero, press **RESET** in **DISTANCE** display mode.

Total Distance = steps taken x average step length

NOTE Individual stride-length varies. Input an appropriate length for an average stride. To determine length of stride walk 10 paces and divide distance traveled by 10.



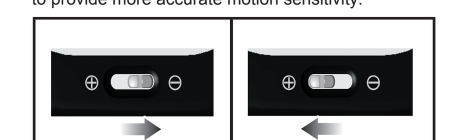
ADJUSTING MOTION SENSITIVITY

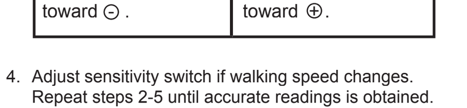
Follow these important procedures below to adjust Pedometer -/+ Motion Sensitivity Switch and ensure accurate readings:

1. Set switch to the center.



2. Reset step counter to zero.
3. Walk at a normal pace; take at least 100 steps to provide more accurate motion sensitivity.





If unit shows more steps than actual number of steps taken, slide switch toward ⊖.	If unit shows fewer steps than actual number of steps taken, slide switch toward ⊕.

4. Adjust sensitivity switch if walking speed changes. Repeat steps 2-5 until accurate readings is obtained.

The following conditions may cause incorrect reading of steps taken:

1. Uneven walking pace, such as walking in crowded areas or on uneven floor.
2. Frequent up and down movements, such as standing up and/or sitting down; running, jumping, or ascending/descending stairs or steep slopes.

SAFETY AND CARE

Clean the unit with a slightly damp cloth and mild detergent.

WARNINGS

This product is designed to give you years of service if handled properly. Observe the following guidelines:

- While the product can be considered splash proof, never immerse the unit in water. This can cause electrical shock and damage the unit.
- Do not subject the main unit to extreme force, shock, or fluctuations in temperature or humidity.
- The product can withstand a drop of approx. 4 feet, but it is strongly recommended that you avoid dropping the unit.
- Do not tamper with the internal components. Doing so will terminate the units warranty and may cause damage. The unit contains no user-serviceable parts.
- Do not mix new and old batteries or batteries of different types.
- Do not use rechargeable batteries with this product.
- Remove the batteries if storing this product for a long period of time.
- Do not scratch the LCD display.
- Read this instruction manual thoroughly before operating the unit.

The contents of this user manual and technical specifications are subject to change without further notice. Images not drawn to scale. Do not make any changes or modifications to this product. Unauthorized changes may void your right to use the product.

SPECIFICATIONS

Step counter	0 to 99,999 steps
Distance traveled	0 to 999.99 km (0 to 999.99 miles)
Stride distance	30 to 150 cm (11 to 60 inches)
Clock	24 hr
Dimensions	65 x 40 x 14 mm (L x W x H) 2.6 x 1.6 x 0.6 inches (L x W x H)
Weight	24grams (0.85 ounces)
Operating Temp	-5.0 to 40.0 °C (23 to 104.0 °F)
Storage Temp	-20 to 60 °C (-4 to 140 °F)
Batteries	1 x LR43 1.5 V
Battery Life	1 year

ABOUT OREGON SCIENTIFIC

Visit our website (www.oregonscientific.com) to learn more about Oregon Scientific products such as digital cameras; MP3 players; children's electronic learning products and games; projection clocks; health and fitness gear; weather stations; and digital and conference phones. The website also includes contact information for our customer care department in case you need to reach us, as well as frequently asked questions and customer downloads.

We hope you will find all the information you need on our website, however if you're in the US and would like to contact the Oregon Scientific Customer Care department directly, please visit:

www2.oregonscientific.com/service/default.asp

OR

Call 1-800-853-8883.

For international enquiries, please visit:
www2.oregonscientific.com/about/international.asp

EU-DECLARATION OF CONFORMITY

Hereby, **Oregon Scientific**, declares that the Digital Pedometer with Real-Time Clock model PE320 is in compliance with EMC directive 89/336/CE. A copy of the signed and dated Declaration of Conformity is available on request via our Oregon Scientific Customer Service.

CE

CONTAPASSI con OROLOGIO DIGITALE (Modello: PE320)

MANUALE PER L'UTENTE

IT

INTRODUZIONE

Grazie per aver scelto il Contapassi con orologio digitale di Oregon Scientific™ (PE320). Questo straordinario prodotto è l'aiuto ideale per l'esercizio fisico quotidiano. Il contapassi conteggia il numero di passi fatti da un punto ad un altro. Inserendo la lunghezza della falcata è possibile calcolare la distanza totale percorsa.

Contenuto della confezione:

- Contapassi
- 1 batteria di tipo LR43 da 1,5 V

Si consiglia di tenere questo manuale a portata di mano durante l'utilizzo del prodotto. Il manuale contiene pratiche istruzioni dettagliate ed consigli per la manutenzione che è necessario conoscere.

FUNZIONI PRINCIPALI

VISTA ANTERIORE



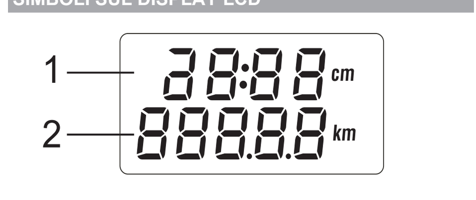
1. Interruttore della sensibilità di movimento – aumenta o diminuisce la sensibilità dell'unità
2. Pulsante **RESET** – Azzera i valori della modalità di visualizzazione
3. Pulsante **DIST** – Modalità di visualizzazione distanza totale e lunghezza della falcata
4. Pulsante **HR / +** Modifica l'ora; aumenta la lunghezza della falcata
5. Pulsante **MIN / -** Modifica i minuti; diminuisce la lunghezza della falcata

VISTA POSTERIORE



1. Vano batterie – contiene 1 batteria di tipo LR43 da 1,5 V
2. Clip per cintura – Per il fissaggio sicuro dell'unità alla cintura o alla vita

SIMBOLI SUL DISPLAY LCD



1. Orologio / Lunghezza della falcata
2. Distanza percorsa

OPERAZIONI PRELIMINARI

LINGUETTA PROTETTIVA

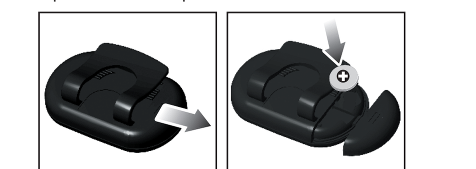
Prima di utilizzare il dispositivo, togliere la linguetta che isola la batteria posta nella parte inferiore del prodotto.

NOTA L'unità non funziona finché non viene rimossa la linguetta protettiva.

ALIMENTAZIONE

Questo prodotto funziona con 1 batteria di tipo LR43 da 1,5 V. Quando è necessario sostituire le batterie:

1. Premere delicatamente ed estrarre la copertura del vano batterie.
2. Inserire 1 batteria di tipo LR43 da 1,5 V o equivalente.
3. Riposizionare la copertura del vano batterie.



NOTA Proteggere l'ambiente portando le batterie scariche in centri di raccolta autorizzati.

OROLOGIO

Premere i pulsanti **HR / +** o **MIN / -** con una punta smussata per modificare rispettivamente i valori di ora e minuto. L'orologio è impostato in modo predefinito su 00:00.

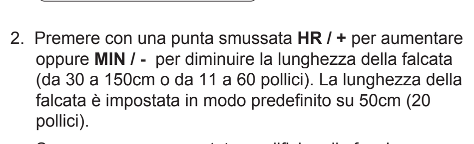
NOTA Se non viene premuto nessun pulsante entro 5 secondi, l'unità torna automaticamente alla visualizzazione dell'orologio.

REGOLAZIONE DELLE IMPOSTAZIONI

DISTANZA

La distanza percorsa viene visualizzata sulla riga inferiore del display LCD. Per una maggior precisione, si consiglia di impostare la lunghezza della propria falcata.

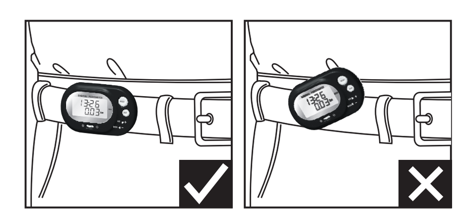
1. Premere **DIST** finché la lunghezza della falcata non viene visualizzata sulla riga superiore del display LCD.



2. Premere con una punta smussata **HR / +** per aumentare oppure **MIN / -** per diminuire la lunghezza della falcata (da 30 a 150cm o da 11 a 60 pollici). La lunghezza della falcata è impostata in modo predefinito su 50cm (20 pollici).

   Se non vengono apportate modifiche alla funzione Falcata, dopo 5 secondi la riga superiore del display tornerà automaticamente alla visualizzazione dell'orologio.

INDOSSARE IL CONTAPASSI



Fissare alla cintura, ai pantaloni o agli indumenti all'altezza della vita e mantenerlo in posizione orizzontale per ottenere risultati più precisi.

UTILIZZO DEL CONTAPASSI

CONTEGGIO DEI PASSI EFFETTUATI

Il contapassi conteggia il numero dei passi effettuati.

1. Premere **DIST** una volta per visualizzare il numero dei passi.

Per azzerare la visualizzazione del contapassi, premere **RESET** in modalità **STEP**.

NOTA Per aumentare o diminuire la sensibilità di movimento dell'unità, utilizzare l'interruttore della sensibilità di movimento. Per determinare il giusto livello di sensibilità di movimento, provare impostazioni diverse. Per ulteriori informazioni, si veda il paragrafo REGOLAZIONE DELLA SENSIBILITÀ DI MOVIMENTO.

NOTA Il posizionamento scorretto del contapassi può causare un rilevamento errato.

MISURAZIONE DELLA DISTANZA

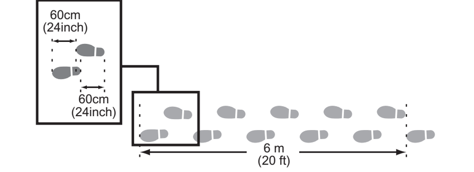
La corretta misurazione della distanza dipende dalla impostazione precisa della lunghezza media di una falcata individuale (lunghezza della falcata) e dalla corretta impostazione del dispositivo interno di sensibilità di movimento.

1. Premere **DIST** finché non viene visualizzata la distanza percorsa sul display LCD.

Per azzerare la misurazione della distanza, premere **RESET** in modalità di visualizzazione **DISTANCE**.

Distanza totale = passi effettuati x lunghezza media della falcata

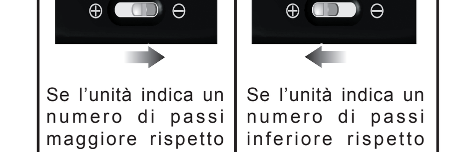
NOTA La lunghezza della falcata varia da individuo a individuo. Inserire una lunghezza adeguata ad una falcata media. Per determinare la lunghezza media della falcata, fare 10 passi e dividere la distanza percorsa per 10.



REGOLAZIONE DELLA SENSIBILITA' DI MOVIMENTO

Seguire le importanti istruzioni indicate di seguito per la regolazione -/+ dell'interruttore di sensibilità di movimento del contapassi e per ottenere delle rilevazioni precise:

1. Spostare l'interruttore al centro
2. Azzerare il contatore dei passi.
3. Camminare a passo normale; fare almeno 100 passi per rendere più precisa la sensibilità di movimento.



Se l'unità indica un numero di passi maggiore rispetto a quello effettivo, spostare l'interruttore su ⊖.	Se l'unità indica un numero di passi inferiore rispetto a quello effettivo, spostare l'interruttore su ⊕.

4. Regolare l'interruttore della sensibilità al variare della velocità di camminata. Ripetere le fasi da 2 a 5 finché non si ottengono delle rilevazioni precise.

Le seguenti condizioni possono causare la lettura errata dei passi effettuati:

1. Passo irregolare, come ad esempio se si cammina in aree affollate o su una superficie irregolare.
2. Movimenti frequenti in su e in giù, ad es. alzarsi e/o sedersi, correre, saltare, salire/scendere scale o pendii ripidi.

CURA E MANUTENZIONE

Pulire il prodotto con un panno leggermente inumidito e con un detergente delicato.

AVVERTENZE

Questo prodotto è progettato per offrire anni di funzionamento soddisfacente purché venga maneggiato con cura. Attenersi alle seguenti istruzioni:

- Il prodotto si può considerare a prova di spruzzi, non immergerlo in acqua. Ciò potrebbe causare scariche elettriche e danni all'unità.
- Non sottoporre l'unità a forza eccessiva, urti o oscillazioni di temperatura o di umidità.
- Il prodotto è in grado di sopportare una caduta da circa 1,20 metri, ma si consiglia di non farlo cadere.
- Non manomettere i componenti interni. In questo modo si invalida la garanzia del prodotto e si possono provocare danni. L'unità non contiene componenti che possono essere riparati dall'utente.
- Non mischiare batterie nuove con batterie vecchie o con batterie di tipo diverso.
- Non utilizzare batterie ricaricabili con questo prodotto.
- Rimuovere le batterie se si prevede di non utilizzare il prodotto per un lungo periodo di tempo.
- Non graffiare il display LCD.
- Prima dell'utilizzo dell'unità, leggere attentamente il presente manuale di istruzioni.

Il contenuto di questo manuale e le specifiche tecniche sono soggetti a modifiche senza preavviso.

Le immagini utilizzate non sono in scala. Non apportare modifiche o variazioni a questo prodotto.

SPECIFICHE

Contapassi	da 0 a 99.999 passi
Distanza percorsa	da 0 a 999,99 km (da 0 a 999,99 miglia)
Distanza falcata	da 30 a 150 cm (da 11 a 60 poll.)
Orologio	24 h
Dimensioni	65 x 40 x 14 mm (L x l x h) 2.6 x 1.6 x 0.6 pollici
Peso	24 grammi (0,85 once)
Temp. funzionamento	da -5.0 a 40.0 °C (da 23 a 104.0 °F)
Temp. a riposo	da -20 a 60 °C (da -4 a 140 °F)
Alimentazione	1 batteria x LR43 1,5 V

INFORMAZIONI SU OREGON SCIENTIFIC

Per avere maggiori informazioni sui nuovi prodotti Oregon Scientific, come le fotocamere digitali, i lettori MP3, i computer didattici per ragazzi, gli orologi con proiezione dell'ora, le stazioni barometriche, gli orologi da polso multifunzione, gli strumenti per la cura della persona ed il fitness, ed altro ancora, visita il nostro sito internet www.oregonscientific.it

Puoi trovare anche le informazioni necessarie per contattare il nostro servizio clienti, le risposte ad alcune domande più frequenti (FAQ) o i software da scaricare gratuitamente.

Sul nostro sito internet potrai trovare tutte le informazioni di cui hai bisogno, ma se desideri contattare direttamente il nostro Servizio Consumatori puoi visitare il sito www.oregonscientific.it oppure chiamare al numero 199112277. Per ricerche di tipo internazionale puoi visitare invece il sito www.oregonscientific.com.

DICHIARAZIONE DI CONFORMITA' UE

Con la presente Oregon Scientific dichiara che questo Contapassi con Orologio Digitale modello PE320 è conforme alla direttiva EMC 89/336/CE. Una copia firmata e datata della Dichiarazione di Conformità è disponibile, su richiesta, tramite il servizio clienti della Oregon Scientific.

CE

Podomètre Numérique avec Horloge Intégrée (Modèle N° PE320)

MANUEL D'UTILISATION

FR

PRESENTATION

Merci d'avoir choisi le Podomètre Numérique avec Horloge Intégrée de Oregon Scientific™ (PE320). Ce produit unique est idéal pour aider à pratiquer un exercice régulier. Le podomètre compte le nombre de pas parcourus d'un lieu à l'autre. En entrant la longueur des pas, la distance totale peut être calculée.

Vous trouverez dans cette boîte :

- Podomètre Numérique avec Horloge Intégrée
- 1 pile LR43, 1,5 V

Veuillez garder ce manuel à proximité lorsque vous utilisez votre nouvel appareil. Il contient des instructions pratiques progressives de même que des caractéristiques et des avertissements que vous devriez connaître.

CARACTERISITIQUES PRINCIPALES

VUE AVANT



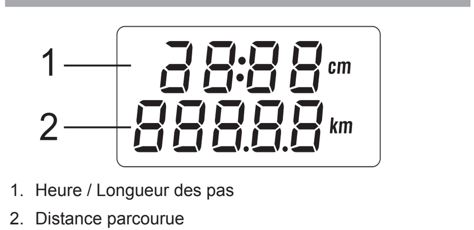
1. Interrupteur de Sensibilité au Mouvement – Augmente ou diminue la sensibilité de l'appareil
2. Bouton **RESET** – Remet les chiffres de modes affichés à zéro
3. Bouton **DIST** – Mode d'affichage de la distance totale et de la longueur de pas
4. Bouton **HR / +** – Change les heures ; augmente le poids personnel et la longueur de pas
5. Bouton **MIN / -** – Change les minutes ; diminue le poids personnel et la longueur de pas

VUE ARRIERE



1. Compartiment à pile – Reçoit 1 pile LR43 1,5V
2. Attache de ceinture – A utiliser pour fixer l'appareil sûrement à la ceinture ou à la taille

SYMBOLES DE L'AFFICHAGE LCD



1. Heure / Longueur des pas
2. Distance parcourue

POUR COMMENCER

RUBAN ISOLANT

Avant d'utiliser l'appareil, retirer le ruban isolant sous le couvercle de piles qui protège le pile LR43 1,5V

REMARQUE L'appareil ne fonctionnera pas tant que le ruban n'est pas enlevé.

PILES

Cet appareil utilise 1 pile LR43, 1,5V. S'il faut changer les piles,

1. Appuyer doucement pour ouvrir le couvercle du compartiment à piles.
2. Insérer 1 pile LR43 1,5V ou son équivalent.
3. Refermer le couvercle de compartiment à piles.



REMARQUE Protéger l'environnement en jetant vos piles usagées dans les collecteurs appropriés.

HEURE

Insérer une pointe arrondie dans les boutons **HR / +** ou **MIN / -** pour changer les valeurs des heures et des minutes respectivement. L'heure est réglée sur 12 :00AM par défaut.

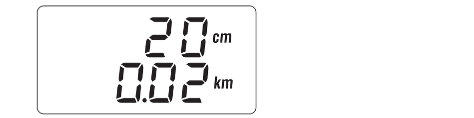
REMARQUE L'appareil revient automatiquement au mode d'affichage de l'heure après 5 secondes si aucun bouton n'est utilisé.

COMMENT AJUSTER LES REGLAGES

DISTANCE

La distance parcourue est montrée à la ligne inférieure de l'affichage LCD. Pour une plus grande précision, il est recommandé qu'une allonge personnelle soit réglée.

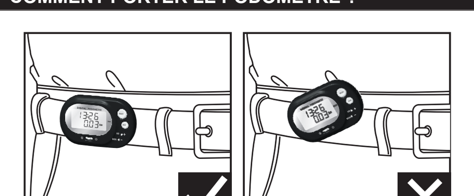
1. Appuyer sur DIST jusqu'à ce que l'allonge apparaisse à la ligne supérieure de l'affichage LCD.



2. Insérer une pointe arrondie dans les boutons **HR / +** ou **MIN / -** pour augmenter ou diminuer l'allonge. (11 à 60 pouces ou 30 à 150cm). L'allonge est réglée à 20 pouces (50cm) par défaut.

Si aucun changement n'est fait à la fonction Allonge, la ligne supérieure de l'écran retournera automatiquement à l'affichage de l'heure après 5 secondes.

COMMENT PORTER LE PODOMÈTRE ?



Fixer solidement au niveau de la taille à la ceinture, aux pantalons ou aux vêtements de sport et maintenir en position horizontale pour obtenir des résultats plus précis.

UTILISATION DU PODOMETRE

COMPTER LES PAS PARCOURUS

Le podomètre compte le nombre de pas parcourus.

1. Appuyer sur **DIST** une fois pour voir le nombre de pas :

Pour remettre l'affichage du podomètre à zéro, appuyer sur **RESET** dans le mode **STEP**.

REMARQUE Pour rendre l'appareil plus ou moins sensible aux mouvements, repositionner l'interrupteur coulissant de sensibilité.

Pour déterminer le montant correct de sensibilité au mouvement, expérimenter avec des réglages différents. Voir la section AJUSTAGE DE LA SENSIBILITE AUX MOUVEMENTS pour plus d'information.

REMARQUE Une position incorrecte du podomètre peut donner des résultats erronés.

MESURE DE DISTANCE

La mesure correcte de la distance dépend de la précision du réglage de la longueur d'un pas individuel (allonge) et du réglage correct d'une sensibilité au mouvement de l'appareil.

1. Appuyer sur **DIST** jusqu'à ce que la distance parcourue apparaisse à l'affichage LCD.

Pour remettre le compteur de distance à zéro, appuyer sur **RESET** dans le mode d'affichage **DISTANCE**.

Distance Totale = nombre de pas x allonge moyenne

REMARQUE L'allonge individuelle varie. Entrer une longueur appropriée pour un pas moyen. Pour déterminer l'allonge moyenne, marcher 10 pas et diviser la distance parcourue par 10.

60cm (24inch) · 60cm (24inch) · 6 m (20 ft)

AJUSTAGE DE LA SENSIBILITE AU MOUVEMENT

Suivre les procédures importantes ci-dessous pour ajuster l'Interrupteur de Sensibilité au Mouvement + / - du Podomètre et assurer des lectures précises :

1. Positionner l'interrupteur au centre.
2. Remettre le compteur de pas à zéro.
3. Marcher à un rythme normal ; faire au moins 100 pas pour donner une sensibilité au mouvement plus précise.

Si l'appareil montre plus de pas que le nombre de pas vraiment parcourus, glisser l'interrupteur vers le ⊖.	Si l'appareil montre moins de pas que le nombre de pas vraiment parcourus, glisser l'interrupteur vers le ⊕.

4. Ajuster l'interrupteur de sensibilité si la vitesse de marche change. Répéter les étapes 2-5 jusqu'à ce qu'une lecture correcte soit obtenue.

Les conditions suivantes peuvent causer un mauvais calcul des pas parcourus :

1. Un rythme inégal tel que la marche au milieu d'une foule ou sur un terrain inégal.
2. Des mouvements verticaux fréquents, tels que se lever et/ou s'asseoir ; courir, sauter ou monter/descendre des escaliers ou des pentes abruptes.

SECURITE ET ENTRETIEN

Nettoyer l'appareil avec un chiffon légèrement humide et un détergent doux.

ATTENTION

Cet appareil est conçu pour servir pendant de nombreuses années s'il est manipulé correctement. Observer les directives suivantes :

- Bien que le produit puisse être considéré à l'épreuve des éclaboussures, ne jamais l'immerger dans l'eau. Ceci pourrait causer un choc électrique et endommager l'appareil.
- Ne pas faire subir à l'appareil des forces, des chocs ou des changements de température ou d'humidité extrêmes.
- Ce produit peut résister à une chute d'environ 4 pieds (1,2 mètres) mais il est fortement recommandé d'éviter de faire tomber l'appareil.
- Ne pas manipuler les composants internes. Ceci annulera la garantie de l'appareil et pourrait causer des dégâts. L'appareil ne contient pas de pièces utilisables par l'utilisateur.
- Ne pas mélanger les piles neuves et usagées ou de types différents.
- Ne pas utiliser de piles rechargeables avec cet appareil.
- Enlever les piles quand l'appareil est entreposé pour une longue durée.
- Ne pas rayer l'écran LCD.
- Lire le manuel soigneusement avant d'utiliser l'appareil.

Le contenu de ce manuel et les caractéristiques techniques de cet appareil sont sujets à changement sans préavis. Les images ne sont pas à l'échelle. Ne pas faire de changements ou modifications de ce produit.

Les changements non autorisés peuvent annuler le droit d'utiliser le produit.

CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

Compteur de pas	de 0 à 99.999 pas
Distance parcourue	de 0 à 999,99 miles (0 à 999,99 km)
Allonge	de 11 à 60 pouces (30 à 150 cm)
Heure	12 hr (AM / PM)
Dimensions	2,6 x 1,6 x 0,6 pouces (L x l x H) 65 x 40 x 14 mm (L x l x H)
Poids	0,85 onces (24 grammes)
Température d'Utilisation	de 23 à 104,0 °F (-5,0 à 40,0 °C)
Température de Stockage	de -4 à 140 °F (-20 à 60 °C)
Piles	1 x LR43 1,5 V
Autonomie 1 an	

À PROPOS D'OREGON SCIENTIFIC

En consultant notre site internet (www.oregonscientific.com), vous pourrez obtenir des informations sur les produits Oregon Scientific: photo numérique; lecteurs MP3; produits et jeux électroniques éducatifs; réveils; sport et bien-être; stations météo; téléphonie. Le site indique également comment joindre notre service après vente. Nous espérons que vous trouverez toutes les informations dont vous avez besoin sur notre site, néanmoins, si vous souhaitez contacter le service client Oregon Scientific directement, allez sur le site www2.oregonscientific.com/service/default.asp ou appelez le 1-800-853-8883 aux US. Pour des demandes internationales, rendez vous sur le site: www2.oregonscientific.com/about/international.asp.

EUROPE - DÉCLARATION DE CONFORMITÉ

Par la présente Oregon Scientific déclare que l'appareil Podomètre Numérique avec Horloge Intégrée modèle PE320 est conforme aux directive EMC 89/336/CE. Une copie signée et datée de la déclaration de conformité est disponible sur demande auprès de notre Service Client.

CE

DIGITALER SCHRITTZÄHLER mit UHR (Modell: PE320)

BEDIENUNGSANLEITUNG

DE

EINLEITUNG

Wir danken Ihnen, dass Sie sich für den digitalen Schrittzähler mit Uhr (PE320) von Oregon Scientific™ entschieden haben. Dieses einzigartige Produkt eignet sich perfekt zur Unterstützung Ihres Trainingsprogramms. Der Schrittzähler zählt die Anzahl der von einem Ort zum anderen zurückgelegten Schritte. Durch Eingabe der Schrittlänge kann die zurückgelegte Gesamtdistanz berechnet werden.

Im Lieferumfang ist folgendes enthalten:

- Digitaler Schrittzähler mit Uhr
- 1 Batterie des Typs LR43, 1,5 V

Halten Sie bitte diese Anleitung bereit, wenn Sie Ihr neues Produkt verwenden. Sie enthält praktische Schritt-für-Schritt-Anweisungen sowie technische Daten und für Sie wichtige Warnhinweise.

HAUPTMERKMALE

VORDERANSICHT

1. Empfindlichkeitsregler – erhöht oder verringert die Empfindlichkeit des Schrittzählers
2. **RESET**-Taste – Setzt die Anzeigewerte auf Null zurück
3. **DIST**-Taste – Anzeigemodus für Gesamtdistanz und Schrittlänge
4. Taste **HR / +** – Ändert die Stundenzahl der Uhr; erhöht Schrittlänge
5. Taste **MIN / -** – Ändert die Minutenzahl der Uhr; verringert Schrittlänge

RÜCKANSICHT

1. Batteriefach – Benötigt eine Batterie des Typs LR43 1,5V
2. Gürtelclip – Zur sicheren Befestigung des Geräts an Gürtel oder Taille

SYMBOLE DER LCD-ANZEIGE

1. Uhr / Schrittlänge
2. Zurückgelegte Distanz

ERSTE SCHRITTE

ISOLIERSTREIFEN

Ziehen Sie vor Benutzung des Gerätes den Isolierstreifen heraus, welcher sich zum Entladungsschutz der Batterie Typ LR43 1,5V unterhalb der Batteriefachabdeckung befindet.

HINWEIS Eine Inbetriebnahme des Gerätes ist erst nach Entfernung des Isolierstreifens möglich.

BATTERIES

Dieses Produkt verwendet eine Batterie des Typs LR43 1,5V. Sollten Sie die Batterien wechseln müssen,

1. Drücken Sie vorsichtig auf die Klappe des Batteriefachs und öffnen Sie dieses.
2. Legen Sie eine Batterie des Typs LR43 1,5V oder eines gleichwertigen Typs ein.
3. Schließen Sie das Batteriefach.

HINWEIS Schützen Sie Ihre Umwelt und geben Sie leere Batterien stets bei einer öffentlichen Sammelstelle ab.

UHR

Drücken Sie mit einem stumpfen Stift in die mit **HR / +** oder **MIN / -** gekennzeichnete Öffnung, um jeweils die Stunden- und Minutenwerte der Uhrzeit zu ändern. Die Uhr ist standardmäßig auf 00:00 eingestellt.

HINWEIS Das Gerät kehrt nach 5 Sekunden automatisch zur Anzeige der Uhrzeit zurück, wenn keine Tasten gedrückt werden.

EINSTELLUNGEN ANPASSEN

DISTANZ

Die zurückgelegte Entfernung wird in der untersten Zeile der LCD-Anzeige eingeblendet. Um eine größere Genauigkeit zu gewährleisten, wird die Einstellung der persönlichen Schrittlänge empfohlen.

1. Drücken Sie auf **DIST**, bis die Schrittlänge in der obersten Zeile der LCD-Anzeige eingeblendet wird.
2. Drücken Sie mit einem stumpfen Stift in die mit HR / + gekennzeichnete Öffnung, um die Schrittlänge zu erhöhen, oder in die mit MIN / - gekennzeichnete Öffnung, um diese zu verringern (30 bis 150 cm oder 11 bis 60 Zoll). Die Schrittlänge ist standardmäßig auf 50 cm (20 Zoll) eingestellt.

Wenn keine Änderungen der Schrittfunktion durchgeführt werden, kehrt die oberste Displayzeile nach 5 Sekunden automatisch zur Anzeige der Uhrzeit zurück.

DEN SCHRITTZÄHLER TRAGEN

Befestigen Sie das Gerät auf Hüfthöhe an Ihrem Gürtel, Ihrer Hose oder Ihrem Trainingsanzug, und halten Sie es in waagerechter Position, um präzisere Ergebnisse zu erhalten.

DEN SCHRITTZÄHLER VERWENDEN

ZURÜCKGELEGTE SCHRITTE ZÄHLEN

Der Schrittzähler zählt die Anzahl der zurückgelegten Schritte.

1. Drücken Sie einmal auf **DIST**, um die Anzahl der Schritte anzuzeigen.

Um die Anzeige des Schrittzählers auf Null zurückzusetzen, drücken Sie im **STEP**-Modus auf **RESET**.

HINWEIS Bringen Sie den Schieberegler für die Bewegungsempfindlichkeit auf die entsprechende Position, um die Empfindlichkeit des Schrittsensors zu erhöhen oder zu verringern. Testen Sie verschiedene Einstellungen, um die jeweils geeignetste Bewegungsempfindlichkeit zu ermitteln. Weitere Informationen finden Sie im Abschnitt BEWEGUNGSEMPFINDLICHKEIT EINSTELLEN.

HINWEIS Das Anbringen des Schrittzählers an einer ungeeigneten Stelle kann zu einer falschen Schrittzählung führen.

DIE ENTFERNUNG MESSEN

Die richtige Messung der Distanz hängt von der präzisen Einstellung der individuellen Schritt-Durchschnittslänge (Schrittlänge) sowie der richtigen Einstellung der Bewegungsempfindlichkeit ab.

1. Drücken Sie auf **DIST**, bis die zurückgelegte Distanz in der LCD-Anzeige zu sehen ist.

Um den Distanzzähler auf Null zu setzen, drücken Sie im Anzeigemodus **DISTANCE** auf **RESET**.

Gesamtdistanz = Anzahl zurückgelegter Schritte x durchschnittliche Schrittlänge

HINWEIS Die individuelle Schrittlänge ist unterschiedlich. Geben Sie einen möglichst korrekten Wert für Ihre durchschnittlichen Schrittlänge ein. Um die Schrittlänge zu bestimmen, gehen Sie 10 Schritte und teilen die zurückgelegte Entfernung durch den Wert 10.

60cm (24inch) · 60cm (24inch) · 6 m (20 ft)

BEWEGUNGSEMPFINDLICHKEIT EINSTELLEN

Befolgen Sie diese wichtige Vorgehensweise, um den -/+-Schalter für die Bewegungsempfindlichkeit des Schrittzählers richtig zu positionieren und präzise Messwerte zu gewährleisten:

1. Schieben Sie den Regler in die mittlere Position.
2. Setzen Sie den Schrittzähler auf Null zurück.
3. Fangen Sie bei normaler Geschwindigkeit zu gehen an; Legen Sie mindestens 100 Schritte zurück, um eine möglichst genaue Bewegungsempfindlichkeit zu gewährleisten.

Sollte das Gerät mehr als die tatsächlich zurückgelegte Schrittanzahl anzeigen schieben Sie den Regler in Richtung ⊖.	Sollte das Gerät weniger als die tatsächlich zurückgelegte Schrittanzahl anzeigen schieben Sie den Regler in Richtung ⊕.

4. Verstellen Sie den Empfindlichkeitsregler bei jeder Änderung der Laufgeschwindigkeit. Wiederholen Sie die Schritte 2 - 5, bis Sie präzise Messwerte erhalten.

Die folgenden Bedingungen können zu einer falschen Messung der zurückgelegten Schrittanzahl führen:

1. Ungleichmäßiges Schritttempo, wie beim Spazierengehen in stark frequentierten Bereichen oder auf unebenen Böden.
2. Häufiges Auf- und Abbewegen, wie Aufstehen und/oder Hinsetzen; Laufen, Springen oder das Hinauf- und Hinuntergehen auf Treppen oder steilen Hängen.

SICHERHEIT UND PFLEGE

Reinigen Sie das Gerät mit einem leicht feuchten Tuch und einem milden Reinigungsmittel.

WARNHINWEISE

Dieses Produkt wurde entworfen, um Ihnen bei sorgfälltiger Handhabung viele Jahre zuverlässige Dienste zu leisten. Beachten Sie daher die folgenden Richtlinien:

- Das Produkt ist spritzwassergeschützt, Sie sollten es jedoch niemals in Wasser tauchen. Dies kann zu einem Kurzschluß führen und das Gerät beschädigen.
- Setzen Sie das Gerät keiner extremen Gewalteinwirkung und keinen Stößen aus, und halten Sie es von Temperaturschwankungen oder Feuchtigkeit fern.
- Dieses Gerät kann einem Fall aus etwa 120 cm Höhe widerstehen, es wird jedoch dringend empfohlen das Gerät niemals fallenlassen.
- Führen Sie keine Änderungen an den internen Komponenten des Geräts durch. Dies kann zum Verlust der Garantie führen und eine Beschädigung des Geräts verursachen. Das Gerät enthält keine Teile, die vom Benutzer selbst repariert werden dürfen.
- Verwenden Sie keinesfalls neue und alte Batterien oder Batterien unterschiedlichen Typs gemeinsam.
- Verwenden Sie keine wiederaufladbaren Batterien für dieses Produkt.
- Entfernen Sie alle Batterien, wenn Sie das Gerät über einen längeren Zeitraum lagern.
- Zerkratzen Sie die LCD-Anzeige nicht.
- Lesen Sie diese Bedienungsanleitung vor Inbetriebnahme des Geräts sorgfältig durch.
- Entsorgen Sie das Gerät nicht im allgemeinen Hausmüll, sondern ausschließlich in den dafür vorgesehenen kommunalen Sammelstellen, die Sie bei Ihrer Gemeinde erfragen können.

Der Inhalt dieser Bedienungsanleitung sowie die technischen Daten können ohne weitere Benachrichtigung geändert werden. Die Abbildungen sind nicht maßstabsgerecht. Nehmen Sie keine Änderungen oder Modifikationen an diesem Produkt vor. Unbefugte Änderungen könnten zum Verlust der Betriebserlaubnis für das Produkt führen.

TECHNISCHE DATEN

Schrittzähler	0 bis 99.999 Schritte
Zurückgelegte Distanz	0 bis 999,99 km
Schrittlänge	30 bis 150 cm (11 bis 60 Zoll)
Uhr	24 Std.
Abmessungen	65 x 40 x 14 mm (L x B x H) 2,6 x 1,6 x 0,6 Zoll (L x B x H)
Gewicht	24 g
Betriebstemperatur	-5 °C bis 40 °C (23 °F bis 104 °F)
Lagerungstemperatur	-20 °C bis 60 °C (-4 °F bis 140 °F)
Batterien	1 x LR43 1,5V
Betriebsdauer der Batterie	ca. 1 Jahr

ÜBER OREGON SCIENTIFIC

Besuchen Sie unsere Website (www.oregonscientific.de) und erfahren Sie mehr über unsere Oregon Scientific-Produkte wie zum Beispiel Wetterstationen, Projektions-Funkuhren, Produkte für Gesundheit und Fitness, Digitalkameras, MP3-Player, DECT-Telefone und elektronische Lernprodukte für Kinder. Auf der Website finden Sie auch Informationen, wie Sie im Bedarfsfall unseren Kundendienst erreichen und Daten herunterladen können.

Wir hoffen, dass Sie alle wichtigen Informationen auf unserer Website finden. Für internationale Anfragen besuchen Sie bitte unsere Website: www.oregonscientific.com.

EU-KONFORMITÄTSERKLÄRUNG

Hiermit erklärt Oregon Scientific, dass der digitale Schrittzähler mit Uhr - Modell PE320 mit der EMC Richtlinie 89/336/CE übereinstimmt. Eine Kopie der unterschriebenen und mit Datum versehenen Konformitätserklärung erhalten Sie auf Anfrage über unseren Oregon Scientific Kundendienst.

CE

PODÓMETRO DIGITAL con RELOJ DIGITAL (Modelo#: PE320)

MANUAL DE USUARIO

ES

INTRODUCCIÓN

Gracias por elegir el Podómetro digital con reloj digital de Oregon Scientific[TM] (PE320). Este producto único es ideal para hacer un seguimiento de su rutina de ejercicios. El podómetro cuenta el número de pasos dados entre dos puntos. Al introducir la longitud del paso, se puede calcular la distancia total recorrida.

Esta caja contiene:

- Podómetro digital con reloj digital
- 1 pila de tamaño LR43 1,5 V

Tenga este manual a mano cuando use el nuevo producto. Contiene prácticas instrucciones explicadas paso a paso, así como especificaciones técnicas y advertencias que debe conocer.

CARACTERÍSTICAS MÁS IMPORTANTES

VISTA FRONTAL



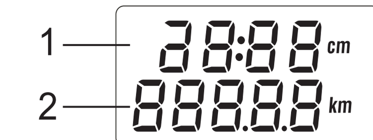
1. Interruptor de sensibilidad al movimiento – Incrementa o reduce la sensibilidad de la unidad
2. Botón de **REINICIO** – Los valores de los distintos modos vuelven a cero
3. Botón **DIS**T – Muestra la distancia total y la longitud de zancada
4. Botón **HR / +** - Cambia los dígitos de la hora del reloj; incrementa la distancia de zancada
5. Botón **MIN / -** - Cambia los dígitos de los minutos del reloj; baja el peso personal y la longitud de zancada

VISTA POSTERIOR



1. Compartimiento para pilas - Requiere 1 pila LR43 de 1,5V
2. Clip para el cinturón – Use el clip para llevar la unidad en la cintura o en el cinturón

SÍMBOLOS DE PANTALLA LCD



1. Reloj / Longitud de zancada
2. Distancia recorrida

PARA EMPEZAR

CINTA AISLANTE

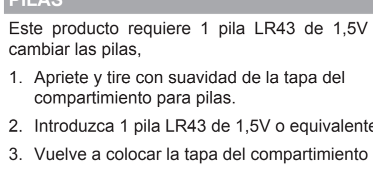
Antes de poner en marcha el dispositivo, retire la cinta aislante que hay debajo de la tapa del compartimento para la pila LR43 de 1,5V.

NOTA La unidad no funcionará hasta que se retire la cinta.

PILAS

Este producto requiere 1 pila LR43 de 1,5V Si necesita cambiar las pilas,

1. Apriete y tire con suavidad de la tapa del compartimiento para pilas.
2. Introduzca 1 pila LR43 de 1,5V o equivalente.
3. Vuelve a colocar la tapa del compartimiento para pilas.





NOTA Proteja el medio ambiente llevando las pilas gastadas a lugares de recogida autorizados.

RELOJ

Introduzca un objeto acabado en punta en los botones **HR / +** o **MIN / -** para modificar la hora y los minutos del reloj, respectivamente. De manera predeterminada el reloj está configurado a las 00:00 h

NOTA La unidad volverá a mostrar el reloj automáticamente si no se pulsa ningún botón en 5 segundos.

COMO AJUSTAR

LA DISTANCIA

La distancia recorrida se muestra en la línea inferior de la pantalla LCD. Para lograr una mayor precisión, se recomienda introducir una longitud de zancada personal.

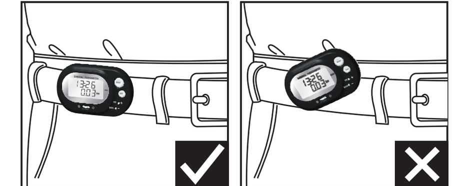
1. Pulse **DIST** hasta que la línea superior de la pantalla LCD muestre la longitud de zancada.

20 cm
0.02 km

2. Introduzca un objeto puntiagudo en el botón **HR / +** para aumentar o **MIN / -** para reducir la longitud de zancada. (de 30 a 150 cm o de 11 a 60 pulgadas). De manera predeterminada la distancia de zancada está configurada en 50 cm (20 pulgadas)

Si no se hacen cambios a la función de longitud de zancada, la línea superior de la pantalla volverá automáticamente a mostrar el reloj después de 5 segundos.

COMO LLEVAR EL PODÓMETRO



Colóquese el podómetro en el cinturón o en la cintura de su ropa de deporte y manténgalo en posición horizontal para obtener mejores resultados.

COMO USAR EL PODÓMETRO

CÁLCULO DE ZANCADAS

El podómetro cuenta el número de zancadas que realiza.

1. Pulse **DIST** una vez para ver el número de pasos.

Para que la pantalla del podómetro vuelva a cero, pulse **REINICIO** en el modo **STEP** (paso).

NOTA Para que la unidad sea más o menos sensible al movimiento, deslice el interruptor de sensibilidad al movimiento. Pruebe varias posiciones para llegar a la sensibilidad adecuada. Consulte la sección AJUSTE DE LA SENSIBILIDAD AL MOVIMIENTO si desea más información.

NOTA La posición incorrecta puede provocar que recoja datos erróneos.

MEDICIÓN DE LA DISTANCIA

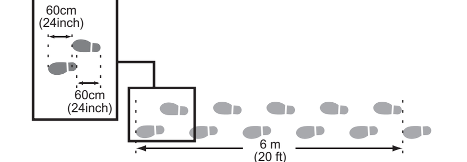
La correcta medición de la distancia depende de si se ha fijado correctamente la longitud media de los pasos y la sensibilidad al movimiento.

1. Pulse **DIST** hasta que la pantalla LCD muestre la distancia recorrida.

Para que el recuento de distancia vuelva a cero, pulse **REINICIO** en el modo **DISTANCE** (distancia).

Distancia total = número de zancadas x longitud media de zancada

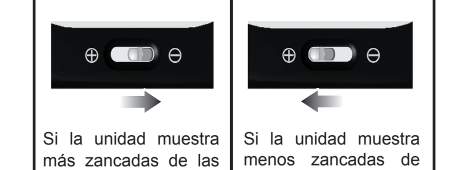
NOTA La longitud de cada zancada es distinta. Introduzca un valor medio. Para determinar la longitud media de su zancada, realice 10 zancadas y divida la distancia por 10.



AJUSTE DE LA SENSIBILIDAD AL MOVIMIENTO

Siga estas importantes instrucciones para ajustar el interruptor de sensibilidad al movimiento del podómetro -/+ y garantizar lecturas precisas:

1. Ponga el interruptor en el medio.
2. Ponga el contador de pasos a cero.
3. Camine a ritmo normal. Haga al menos 100 zancadas para obtener una sensibilidad al movimiento más precisa.



4. Ajuste la sensibilidad si cambia de velocidad. Repita los pasos 2-5 hasta obtener mediciones precisas.

Las situaciones siguientes pueden provocar que se recojan datos erróneos:

1. Ritmo de paso desigual, como caminar en zonas llenas de gente o suelo irregular.
2. Movimientos frecuentes arriba y abajo, como levantarse y sentarse, correr, saltar, o subir y bajar escaleras o pendientes pronunciadas.

SEGURIDAD Y MANTENIMIENTO

Limpie el producto con un paño ligeramente humedecido y un detergente suave.

AVISOS

Este producto está diseñado para funcionar durante muchos años, si se usa correctamente. Tenga en cuenta las instrucciones de seguridad siguientes.

- Aunque este producto es resistente al agua, no lo sumerja nunca en ella. Hacerlo podría causar descargas eléctricas u otros daños a la unidad.
- No exponga la unidad principal a fuerza extrema, descargas o fluctuaciones de temperatura o humedad.
- El producto puede resistir una caída de hasta unos 4 pies, pero le recomendamos encarecidamente que no deje caer la unidad.
- No manipule los componentes internos. De hacerlo anulará la garantía de la unidad y podría causar daños. La unidad no contiene componentes que el usuario deba manipular.
- No mezcle distintos tipos de pilas, ni pilas nuevas con pilas viejas.
- No use pilas recargables en este producto.
- Retire las pilas si va a guardar el producto por un largo periodo de tiempo.
- No raye la superficie de la pantalla LCD.
- Lea el manual de usuario detenidamente antes de operar la unidad.

Los contenidos de este manual y de la ficha técnica están sujetos a cambios sin aviso previo. Las imágenes no están dibujadas a escala. No intente hacer ningún cambio ni modificación a este producto.

Las modificaciones no autorizadas podrían anular su derecho a utilizar el producto.

FICHA TÉCNICA

Contador de pasos	0 a 99,999 pasos
Distancia recorrida	0 a 999,99 KM (0 a 999,99 millas)
Longitud de zancada	30 a 150 cm (11 a 60 pulgadas)
Reloj	24 horas
Dimensiones	2,6 x 1,6 x 0,6 pulgadas (A x A x P)
	65 x 40 x 14 pulgadas (A x A x P)
Peso	24 gramos (0,85 onzas)
Temperatura de operación	-5 °C a 40°C (23 a 104,0 °F)
Temperatura de almacenaje	-20°C a 60°C (-4 a 140 °F)
Pilas	1 x LR43 1,5 V
Vida útil de las pilas	1 año

SOBRE OREGON SCIENTIFIC

Visite nuestra página web (www.oregonscientific.com) para conocer más sobre los productos de Oregon Scientific tales como: Reproductores MP3, juegos y productos de aprendizaje electrónico para niños, relojes de proyección, productos para la salud y el deporte, estaciones meteorológicas y teléfonos digitales y de conferencia. La página web también incluye información de contacto de nuestro departamento de Atención al Cliente, en caso de que necesite contactar con nosotros, a la vez que Preguntas Frecuentes y Descargas de los programas y controladores necesarios para nuestros productos.

Esperamos que encuentre toda la información que necesite en nuestra página web. En cualquier caso, si necesita contactar con el departamento de Atención al Cliente directamente, por favor visite www.oregonscientific.es la sección "Contáctenos" o llame al 902 338 368. Los residentes en EEUU pueden visitar www2.oregonscientific.com/service/default.asp o llamar al 1-800-853-8883.

EU - DECLARACIÓN DE CONFORMIDAD

Por medio de la presente Oregon Scientific declara que el Podómetro Digital con Reloj Digital modelo PE320 cumple con los requisitos esenciales de la directiva EMC 89/336/CE. Tiene a su disposición una copia firmada y sellada de la Declaración de Conformidad, solicítela al Departamento de Atención al Cliente de Oregon Scientific.

CE

PEDÔMETRO DIGITAL com RELÓGIO (Modelo: PE320)

MANUAL DO USUÁRIO

POR

INTRODUÇÃO

Obrigado por escolher o Pedômetro Digital da Oregon Scientific[TM] com Relógio (PE320). Este produto é ideal para a assistência em rotina de exercícios. O pedômetro conta o número de passos dados de um local a outro. A distância total percorrida pode ser calculada inserindo o comprimento de cada passo.

Na caixa você encontrará:

- Pedômetro Digital
- 1 x bateria 1.5V tamanho LR43

Mantenha este manual acessível enquanto usa seu novo produto. Ele contém instruções práticas e detalhadas, assim como especificações técnicas e avisos dos quais você deveria estar ciente.

RECURSOS

CHAVE – FRENTE



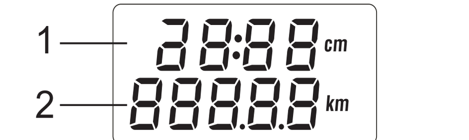
1. Dispositivo de Sensibilidade ao Movimento – Aumenta ou diminui a sensibilidade da unidade
2. Botão **RESET** – Os valores de modo do visor voltam todos para zero.
3. Botão **DIST** – Modo de exibição da distância total e comprimento do passo
4. Botão **HR / +** – Altera os dígitos de hora do relógio; altera o comprimento do passo para cima.
5. Botão **MIN / +** – Altera os dígitos de minutos do relógio; altera o comprimento do passo para baixo.

VISTA TRASEIRA



1. Compartimento da bateria – Necessita de 1 bateria LR43 de 1.5V
2. Presilha para o cinto – Utilize para acoplar a unidade com segurança ao cinto ou cintura.

SÍMBOLOS DO DISPLAY DE LCD



1. Relógio / Comprimento do passo
2. Distância percorrida

PRIMEIROS PASSOS

FITA ISOLANTE

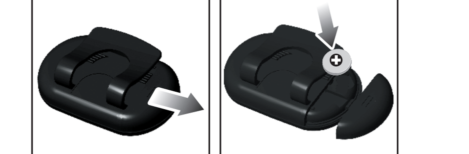
Antes de usar o aparelho, retire a fita de isolante embaixo da tampa do compartimento da bateria LR43 de 1.5V.

OBSERVAÇÃO A unidade não funcionará até que a fita seja retirada.

PILHAS

O produto utiliza uma pilha LR43 de 1.5V. Se precisar trocar a pilha,

1. Com cuidado, aperte e retire a tampa do compartimento da pilha.
2. Insira 1 bateria LR43 de 1.5V, ou equivalente.
3. Coloque a tampa do compartimento novamente.



OBSERVAÇÃO Proteja o ambiente levando as baterias descarregadas aos postos de coleta autorizados.

RELÓGIO

Pressione os botões **HR / +** ou **MIN / -** com uma ponta sem corte para modificar os valores de horas e minutos, respectivamente. O valor padrão do relógio é 00:00.

OBSERVAÇÃO Se nenhum botão é pressionado após 5 segundos, o display exibe o modo relógio.

PROGRAMANDO

DISTÂNCIA

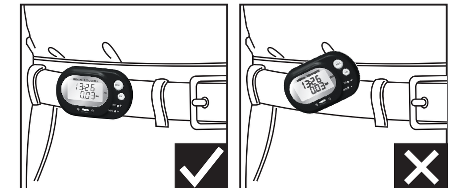
A distância percorrida é exibida na linha inferior do display de LCD. Para maior precisão, é recomendável o ajuste de um comprimento de passo personalizado.

1. Pressione o botão DIST até que o comprimento do passo seja visualizado na linha superior do display de LCD.

20 cm
0.02 km

2. Com uma ponta sem corte, pressione **HR / +** para aumentar ou **MIN / -** para diminuir o comprimento do passo (30 a 150cm ou 11 a 60 polegadas). O comprimento do passo é programado inicialmente em 50cm (20 polegadas).
3. Se após 5 segundos a função Passo não for alterada, a linha superior do display retornará automaticamente para o display de relógio.

VESTINDO O PEDÔMETRO



Prenda a unidade com firmeza no nível da cintura no cinto, calças compridas ou traje esportivo e mantenha uma posição horizontal para resultados mais precisos.

USANDO O PEDÔMETRO

PARA CONTAR OS PASSOS

O pedômetro conta o número de passos dados.

1. Pressione o botão **DIST** uma única vez para visualizar o número de passos.

Para retornar o display do pedômetro para o valor zero, pressione o botão **RESET** no modo **STEP**.

OBSERVAÇÃO Para fazer com que a unidade seja mais ou menos sensível ao movimento, reposicione o dispositivo de sensibilidade ao movimento. Para determinar o valor apropriado de sensibilidade ao movimento, experimente diversos ajustes. Para obter mais informações, consulte a seção AJUSTANDO A SENSIBILIDADE AO MOVIMENTO.

OBSERVAÇÃO O posicionamento incorreto do pedômetro pode resultar em coleta de dados incorretos.

CALCULANDO DISTÂNCIAS

O cálculo correto de distâncias depende na precisão do ajuste do comprimento médio de um passo individual (comprimento do passo) e o ajuste apropriado do dispositivo de sensibilidade ao movimento interno.

1. Pressione o botão **DIST** até que a distância percorrida seja exibida no display de LCD.

Para retornar o display do pedômetro para o valor zero, pressione o botão **RESET** no modo de exibição **DISTANCE**.

Distância total = passos dados x comprimento do passo médio

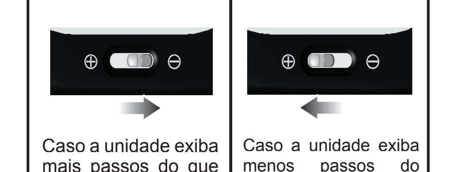
OBSERVAÇÃO O comprimento do passo individual varia. Insira um comprimento médio apropriado para um passo médio. Para determinar o comprimento de um passo, caminhe 10 passos e divida a distância percorrida por 10.



AJUSTANDO O SENSOR DE MOVIMENTO

Siga o importante procedimento a seguir para ajustar o Dispositivo de Sensibilidade ao Movimento do Pedômetro para mais ou menos e assegure leituras precisas:

1. Ajuste o dispositivo no centro.
2. Zere o contador de passos.
3. Caminhe em um ritmo normal; dê pelo menos 100 passos para ajustar a sensibilidade ao movimento de maneira mais precisa.



4. Ajuste o dispositivo de sensibilidade ao movimento se aumentar ou diminuir a velocidade da caminhada. Repita as etapas 2 a 5 até obter uma leitura precisa.

As seguintes condições podem causar a leitura incorreta dos passos dados:

1. Ritmo de caminhada irregular, como quando ao caminhar em áreas repletas de pessoas ou com piso irregular.
2. Movimentos para cima e para baixo freqüentes, como levantar e/ou sentar, correr, pular, ou ainda subir ou descer escadas ou rampas.

SEGURANÇA E MANUTENÇÃO

Limpe a unidade com um pano úmido e detergente neutro.

AVISOS

O pedômetro foi projetado para durar muitos anos se os devidos cuidados forem respeitados. Atente para as instruções a seguir:

- Apesar de o produto ser considerado à prova de respingos, nunca o mergulhe na água. Isso pode causar choque elétrico e danificar a unidade.
- Não submeta a unidade a força extrema, impactos ou oscilações de umidade.
- O produto pode agüentar uma queda de aproximadamente 4 pés, mas é altamente recomendável que isso seja evitado.
- Não altere os componentes internos da unidade. Isso anulará sua garantia e poderá causar danos ao produto. A unidade não contém peças que podem ser reparadas pelo usuário.
- Não misture baterias novas com velhas ou baterias de diferentes tipos.
- Não utilize baterias recarregáveis com este produto.
- Remova as baterias se for guardar este produto por um longo período.
- Não risque a tela de cristal líquido (LCD).
- Leia este manual de instruções completamente antes iniciar a operação da unidade.

Os conteúdos deste manual de usuário e especificações técnicas estão sujeitos a alteração sem aviso prévio. As imagens e figures deste manual de usuário não estão em escala natural. Não efetue quaisquer alterações ou modificações no produto. Alterações ou modificações não autorizadas poderão anular seu direito de utilizar o produto.

ESPECIFICAÇÕES

Contador de passos	0 a 99,999 passos
Distância percorrida	0 a 999,99 km (0 a 999,99 milhas)
Distância do passo	30 a 150 cm (11 a 60 polegadas)
Relógio	24 hs
Dimensões (C x L x A)	65 x 40 x 14 mm (2,6 x 1,6 x 0,6 polegadas)
Peso	24 gramas (0,85 onças)
Temperatura Operacional	-5,0 a 40,0 °C (23 a 104,0 °F)
Temperatura de Armazenamento	-20 a 60 °C (-4 a 140 °F)
Baterias	1 x LR43 1.5V
Vida Útil da Bateria	1 ano

SOBRE A OREGON SCIENTIFIC

Visite nosso site (www.oregonscientific.com.br) para aprender mais sobre nossos outros produtos, tais como Câmeras Digitais; Produtos de Aprendizagem; Relógios de Projeção; Equipamentos de Esporte e Saúde; Estações Meteorológicas. O nosso site possui também dados para contato com nosso SAC, assim como perguntas e respostas mais recentes e downloads.

Esperamos que você encontre todas as informações que necessitar, entretanto se você quiser entrar em contato direto com nosso SAC, ligue para 55 11 2182-8608.

CE – DECLARAÇÃO DE CONFORMIDADE

A Oregon Scientific declara que este Pedômetro Digital com Relógio de Tempo Real modelo PE320 está conforme com os requisitos essenciais e outras provisões da Diretriz EMC 89/336/CE. Uma cópia assinada e datada da Declaração de Conformidade está disponível para requisições através do nosso SAC.

CE

DIGITALE PEDOMETER met REAL-TIME KLOK (Model # : PE320)

HANDLEIDING

NL

INTRODUCTIE

Dank u dat u gekozen hebt voor de Oregon Scientific[TM] Digitale Pedometer met Real-Time Klok (PE320). Dit unieke product is ideaal voor het begeleiden van uw training. De pedometer telt het aantal stappen dat u er over doet om van de ene naar de andere plek te komen. Door de paslengte in te stellen, kan de totale afstand berekend worden.

In deze doos vindt u:

- Digitale Pedometer met Real-Time Klok
- 1 x LR43 formaat 1,5 V batterij

Houd deze handleiding bij de hand terwijl u uw nieuwe product gebruikt. Deze bevat praktische stap-voor-stap instructies, evenals de technische specificaties en belangrijke waarschuwingen.

HOOFD KENMERKEN

VOORKANT



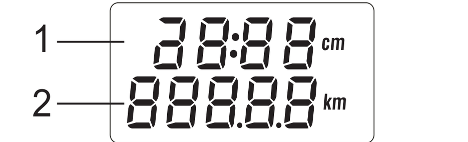
1. Beweginggevoeligheidsschakelaar – Verhoogt of verlaagt de gevoeligheid van het apparaat
2. **RESET knop** – Zet de schermwaarden terug naar nul
3. **DIST knop** – Totale afstand en paslengte worden weergegeven
4. **HR / +** knop – Verandert uren van de klok; verhoogt paslengte
5. **MIN / +** knop – Verandert minuten van de klok; verlaagt paslengte

ACHTERKANT



1. Batterijvak - 1 x LR43 formaat 1,5V batterij benodigd
2. Riemklem – Hiermee kunt u het apparaat stevig aan uw riem of broek bevestigen

SYMBOLEN LCD-SCHERM



1. Klok / Paslengte
2. Afgelegde afstand

STARTEN

ISOLATIETAPE

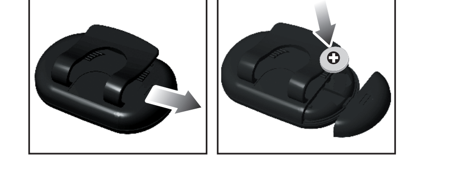
Alvorens het apparaat te gebruiken, trek u de beschermende isolatietape onder het klepje van het batterijvak van de LR43 formaat 1,5V batterij.

NB Het apparaat zal niet werken, totdat de isolatietape verwijderd is.

BATTERIJEN

Dit product gebruikt 1 x LR43 formaat 1,5V batterij. Indien u de batterij moet vervangen,

1. Druk voorzichtig en trek het klepje van het batterijvak open.
2. Plaats 1 x LR43 formaat 1,5 V batterij of equivalent.
3. Plaats de klep van het batterijvak weer terug.



NB Lever lege batterijen in bij een daarvoor bestemd verzamelpunt.

KLOK

Plaats een puntig voorwerp in het **HR / +** of **MIN / -** knopje om respectievelijk de uren en minuten aan te passen. De klok is standaard op 00:00 ingesteld.

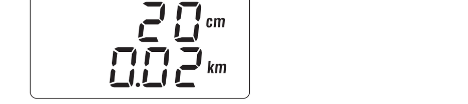
NB Het apparaat keert automatisch terug naar het klokscherm nadat gedurende 5 seconden geen knoppen zijn ingedrukt.

INSTELLINGEN AANPASSEN

AFSTAND

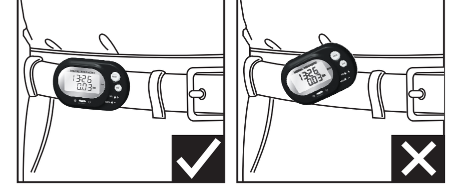
De afgelegde afstand wordt weergegeven op de onderste regel van het LCD-scherm. Voor grotere nauwkeurigheid verdient het de aanbeveling uw persoonlijke paslengte in te stellen.

1. Druk op **DIST** totdat de paslengte wordt weergegeven op de bovenste regel van het scherm.



2. Plaats een puntig voorwerp in de **HR / +** opening om te verhogen of in **MIN / -** om de paslengte te verlagen (30 tot 150cm of 11 tot 60 inches) De standaard paslengte is 50cm (20 inches).
3. Als u geen wijzigingen aanbrengt in de paslengte, zal de bovenste regel na 5 seconden automatisch weer de klok weergeven.

DE PEDOMETER DRAGEN



Bevestig hem stevig ter hoogte van uw middel aan uw riem of (jogging-)broek en houd hem in een horizontale positie voor nauwkeurigere resultaten.

GEBRUIK VAN DE PEDOMETER

TELLEN VAN GENOMEN STAPPEN

De pedometer telt het aantal genomen stappen.

1. Druk een maal op **DIST** om het aantal stappen te bekijken.

Om de schermwaarden van de pedometer op nul te zetten, druk u op **RESET** in **STEP** modus.

NB Om het apparaat meer of minder beweginggevoelig te maken, schuift u de beweginggevoeligheidsschakelaar naar de gewenste positie. Om de juiste gevoeligheid te bepalen, kunt u verschillende instellingen uitproberen. Zie de sectie over "AANPASSEN BEWEGINGGEVOELIGHEID" voor meer informatie.

NB Onjuiste positionering van de pedometer kan resulteren in onjuiste gegevens.

AFSTANDSMETING

De nauwkeurigheid van de afstandmeting hangt af van de nauwkeurigheid van de ingestelde lengte van een enkele pas (paslengte) en de juiste instelling van de interne beweginggevoeligheid van het apparaat.

1. Druk op **DIST** totdat de afgelegde afstand wordt weergegeven op het scherm.

Om de afstandmeter op nul te zetten, druk u op **RESET** in **DISTANCE** modus.

Totale Afstand = genomen stappen x gemiddelde paslengte

NB De paslengte verschilt van persoon tot persoon. Voer de lengte in van een gemiddelde pas. Om te bepalen wat de lengte van een pas is, loop u 10 passen en deelt de afgelegde afstand door 10.

60cm (24inch) · 60cm (24inch) · 6 m (20 ft)

AANPASSEN BEWEGINGSGEVOELIGHEID

Volg de belangrijke procedures hieronder op om de beweginggevoeligheid van de Pedometer in te stellen en nauwkeurige meting te bevorderen:

1. Zet de schakelaar in het midden
2. Zet de stappenteller op nul.
3. Loop op normale snelheid; neem tenminste 100 stappen om de beweginggevoeligheid nauwkeurig in te kunnen stellen.

Apparaat geeft meer stappen weer dan daadwerkelijk genomen zijn, schuif schakelaar richting ⊖.

Apparaat geeft minder stappen weer dan daadwerkelijk genomen zijn, schuif schakelaar richting ⊕.

4. Pas gevoeligheidsschakelaar aan als de loopsnelheid verandert. Herhaal stappen 2-5 totdat de meting nauwkeurig is.

De volgende situaties kunnen onjuiste stapgegevens ver veroorzaken:

1. Een onregelmatig loopritme, zoals lopen in een drukke omgeving of een oneffen oppervlak.
2. Frequente bewegingen omhoog en omlaag, zoals opstaan en/of gaan zitten, rennen, springen, of een trap of steile helling op of af gaan.

VEILIGHEID EN ZORG

Reinig het apparaat met een licht vochtige doek en een mild schoonmaakmiddel.

WAARSCHUWING

Dit product is ontworpen om u vele jaren plezier te geven, mits goed behandeld. Houd de volgende regels in acht:

- Hoewel dit product spatwaterdicht is, moet u het nooit in water onderdompelen. Dit kan elektrische schokken veroorzaken en het apparaat beschadigen.
- Stel het apparaat niet bloot aan extreme klappen, schokken of schommelingen in temperatuur of vochtigheid.
- Het product kan een val weerstaan van ongeveer 1 meter, maar u wordt ernstig afgeraden het apparaat te laten vallen
- Laat de interne componenten met rust. Doet u dit niet dan zal de garantie vervallen en kan schade ontstaan. Het apparaat bevat geen door de gebruiker te repareren onderdelen.
- Gebruik nooit verschillende types of oude en nieuwe batterijen door elkaar.
- Gebruik geen oplaadbare batterijen in dit product.
- Verwijder de batterijen als u het product voor langere tijd wegbergt.
- Maak geen krassen op het LCD-scherm.
- Lees deze handleiding grondig door voordat u het apparaat gebruikt.

De inhoud van deze handleiding en de technische specificaties zijn zonder voorafgaande waarschuwing aan veranderingen onderhevig. Plaatjes zijn niet op schaal. Maak zelf geen veranderingen of modificaties aan dit product. Ongeautoriseerde aanpassingen kunnen u het recht tot het gebruik van het apparaat ontnemen.

SPECIFICATIES

Stappenteller	0 tot 99.999 stappen
Afgelegde afstand	0 tot 999,99 km (0 tot 999.99 mijl)
Paslengte	30 tot 150 cm (11 tot 60 inch)
Klok	24 uur
Afmetingen	65 x 40 x 14 mm (L x B x H) / 2.6 x 1,6 x 0,6 inch (L x B x H)
Gewicht	24 gram (0,85 ounces)
Gebruikstemp.	-5,0 tot 40,0 °C (23 tot 104,0 °F)
Opslagtemp.	-20 tot 60 °C (-4 tot 140 °F)
Batterijen	1 x LR43 1,5 V
Levensduur Batterij	1 jaar

OVER OREGON SCIENTIFIC

Bezoek onze website (www.oregonscientific.com) om meer te weten over uw nieuwe product en andere Oregon Scientific producten zoals digitale fototoestellen, gezondheids- en fitnessuitrusting en weerstations. Op deze website vindt u tevens de informatie over onze klantendienst, voor het geval u ons wenst te contacteren.

EU CONFORMITEITS VERKLARING

Bij deze verklaart Oregon Scientific dat deze Digitale Pedometer met Real-Time Klok model PE320 voldoet aan de essentiële eisen en aan de overige relevante bepalingen van EMC richtlijn 89/336/CE. Een kopie van de getekende en gedateerde Conformiteits verklaring is op verzoek beschikbaar via onze Oregon Scientific klanten service.

CE

DIGITAL STEGRÄKNARE med REALTIDSKLOCKA (Modell #: PE320)

BRUKSANVISNING

SWE

INTRODUKTION

Tack för att du valt en Stegräknare med Realtidsklocka från Oregon Scientific[TM] (PE320). Denna unika produkt är ett idealiskt träningshjälpmedel. Stegräknaren räknar antalet steg från en plats till en annan. Genom att mata in steglängden kan den totala gångsträckan räknas ut.

I denna förpackning hittar du:

- Digital Stegräknare med Realtidsklocka
- 1 x LR43 1.5 V Batteri

Ha denna manual till hands när du använder din nya produkt. Den innehåller en praktisk steg-för-steg instruktion, samt teknisk specifikation och varningsmeddelanden som du bör känna till.

HUVUDFUNKTIONER

FRAMIFRÅN

DIGITAL PEDOMETER · 13:26 · 0.03 km · RESET · DIST · HR + · MIN −

1. Omkopplare för Rörelsekänslighet – Ökar eller minskar enhetens känslighet
2. **RESET**-knapp – Återställer displayens värden till noll
3. **DIST** knapp – För att visa totalt avstånd och steglängd
4. **HR / +** knapp – Ändrar klockans timsiffror; ökar inställningsvärdet för steglängden
5. **MIN / -** knapp – Ändrar klockans minutsiffror; minskar inställningsvärdet för steglängden

VY BAKSIDA

1. Batterilucka – Behöver 1 x LR43 1,5V batteri
2. Bälteshållare – Använd för att spänna fast enheten i bältet

LCD DISPLAY SYMBOLER

1. Klocka / Steglängd
2. Gångavstånd

ATT KOMMA IGÅNG

ISOLERINGSTEJP

Innan användning av produkten måste isoleringstejpen som skyddar batteriet under batteriluckan avlägsnas.

NOTERING Enheten fungerar inte förrän tejpen tagits bort.

BATTERIER

Denna produkt behöver 1 x LR43 1,5V batteri. Om du skulle behöva byta batteri,

1. Tryck försiktigt och dra av batteriluckan.
2. Sätt i 1 x LR43 1.5V batteri eller motsvarande.
3. Sätt tillbaka batteriluckan.

NOTERING Skydda miljön genom att slänga förbrukade batterier på en återvinningsstation.

KLOCKA

För in ett gem eller liknande i **HR / +** eller **MIN / -** knapparna för att ändra klocktiden. Klockan är grundinställd till 00:00.

NOTERING Enheten återvänder till klockläget efter 5 sekunder om inga knappar trycks in.

JUSTERA INSTÄLLNINGAR

AVSTÅND

Gångavståndet visas på den andra raden på displayen. För bättre noggrannhet rekommenderas det att en personlig steglängd matas in.

1. Tryck **DIST** tills steglängden visas på övre raden i displayen.

20 cm
0.02 km

2. För in ett gem eller liknande i **HR / +** för att öka eller **MIN/-** för att minska steglängden (30 till 150cm eller 11 till 60tum). Steglängden är grundinställd på 50cm (20 tum).

   Om inga steglängdsändringar görs återgår produkten till klockläget efter 5 sekunder.

ATT BÄRA STEGRÄKNAREN

Fäst räknaren i midjehöjd på bältet eller träningskläderna och bibehåll horisontellt läge på räknaren för bättre resultat.

ANVÄNDNING AV STEGRÄKNAREN

STEGRÄKNAREN

Stegräknaren räknar antalet tagna steg.

1. Tryck **DIST** en gång för att visa antalet steg.

För att nollställa stegräknaren, tryck **RESET** i **STEG**-läget.

NOTERING För att öka eller minska produktens rörelsekänslighet, ändra rörelsekänslighetsomkopplaren. Experimentera med olika inställningar för att hitta rätt känslighetsinställning. Se kapitlet "JUSTERING AV RÖRELSEKÄNSLIGHET" för mer information.

NOTERING Felaktigt inställd känslighet kan resultera i felaktiga datavärden.

MÄTNING AV GÅNGAVSTÅND

Mätningen av gångavståndet beror på medelsteglängdsinställningen (steglängden) samt på rörelsekänslighetsinställningen.

1. Tryck **DIST** tills gångavståndet visas i displayen.

För att nollställa avståndsräknaren till noll, tryck **RESET** i **DISTANCE**-läget.

Gångavstånd = Antal steg x medelstegslängden

NOTERING Den individuella steglängden varierar. Ställ in en passande längd för medelsteglängden. För att bestämma steglängden gå 10 steg och dividera avståndet med 10.

60cm (24inch) · 60cm (24inch) · 6 m (20 ft)

JUSTERING AV RÖRELSEKÄNSLIGHET

Följ dessa viktiga steg nedan för att justera pedometerns - / + rörelsekänslighetsomkopplare för att försäkra dig om att beräkningarna blir exakta:

1. Ställ omkopplaren i mittläget.
2. Nollställ stegräknaren.
3. Gå normalt; ta åtminstone 100 steg för att erhålla en mer exakt rörelsekänslighetsinställning.

Om enheten visar fler steg än det aktuella antalet, skjut omkopplaren mot ⊖.

Om enheten visar färre steg än det aktuella antalet, skjut omkopplaren mot ⊕.

4. Justera känslighetsomkopplaren om gånghastigheten förändras. Repetera steg 2-5 tills du når önskat resultat.

Följande förhållanden kan orsaka felaktiga mätvärden:

1. Ojämn gångtakt, t.ex. vid förflyttning i stora folkmassor eller på ojämt underlag.
2. Återkommande förflyttning i höjdled såsom löpning, gång i trappor eller branta backar, samt hopp i förflyttningen.

SÄKERHET OCH UNDERHÅLL

Rengör produkten med en lätt fuktad trasa och milt tvättmedel.

VARNINGSMEDDELANDEN

Denna produkt är designad för att ge dig många års glädje om den hanteras på ett korrekt sätt. Se följande anvisningar:

- Eftersom produkten endast är stänkskyddad, sänk aldrig ner den i vatten. Detta kan orsaka en elektrisk stöt som förstör produkten.
- Utsätt inte enheten för extrema krafter, stötar eller variationer i temperatur eller luftfuktighet.
- Produkten tål ett fall på 1 meter, men de rekommenders starkt att du undviker att tappa produkten.
- Mixtra inte med interna komponenter. Om det händer upphör garantin på produkten och kan dessutom orsaka skada. Produkten innehåller inga reparerbara delar.
- Blanda inte gamla och nya batterier eller batterier av olika fabrikat.
- Använd inte laddningsbara batterier till denna produkt.
- Plocka ur batterierna om produkten skall förvaras under en längre period.
- Repa inte LCD displayen.
- Läs denna bruksanvisning noga innan du sätter igång apparaten.

Innehållet i denna manual kan komma att ändras utan vidare upplysning. Bilderna är inte ritade i skala. Gör inga ändringar eller modifikationer på produkten. Obehöriga ändringar kan komma att upphäva din rätt att använda produkten.

SPECIFIKATIONER

Stegräknare	0 till 99 999 steg
Gångavstånd	0 till 999,99 km (0 to 999.99 miles)
Steglängd	30 till 150 cm (11 to 60 inches)
Klocka	24 timmar
Dimensioner	65 x 40 x 14 mm (L x B x H) 2,6 x 1,6 x 15,24 mm (L x B x H)
Vikt	24gram (0.85 ounces)
Arbetstemperatur	-5,0 till 40,0 °C (23 till 104.0 °F)
Förvaringstemperatur	-20 till 60 °C (-4 till 140 °F)
Batteri	1 x LR43 1.5 V
Batterilivslängd	1 år

OM OREGON SCIENTIFIC

Besök vår hemsida (www.oregonscientific.se) för att se mer av våra produkter såsom digitalkameror; MP3 spelare; projektionsklockor; hälsoprodukter; väderstationer; DECT-telefoner och konferenstelefoner. Hemsidan innehåller också information för våra kunder i de fall ni behöver ta kontakt med oss eller behöver ladda ner information. Vi hoppas du hittar all information du behöver på vår hemsida och om du vill komma i kontakt med Oregon Scientific kundkontakt besöker du vår lokala hemsida www.oregonscientific.se eller www.oregonscientific.com för att finna telefonnummer till respektive supportavdelning.

EU-FÖRSÄKRAN OM ÖVERENSSTÄMMELSE

Härmed intygar Oregon Scientific att denna Digital Stegräknare med Realtidsklocka modell PE320 överensstämmer med EMC direktivet 89/336/CE. En signerad kopia av "Declaration of Conformity" kan erhållas vid hänvändelse till Oregon Scientific servicecenter.

CE

086L004144-024